

JEDÁLNY LÍSTOK HESTIA n.o. 22. TÝŽDEN

Dátum		Diéta č.2/5 Šetriaca	Diéta č.3 Racionálna	Diéta č.8 Redukčná	Diéta č.9 Diabetická
Pondelok 26.5.2025	Raňajky	Bábovka, Caro (1,3,7)	Bábovka, Caro (1,3,7)	Bábovka, Caro (1,3,7)	Chlieb s maslom a Dia džemom, Caro (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Mrkvová polievka s kokosovým mliekom, 100g Zemiakový prívarok, údené pliecko, chlieb (1,3,7)	0,33l Mrkvová polievka s kokosovým mliekom, 100g Zemiakový prívarok, údené pliecko, chlieb (1,3,7)	0,33l Mrkvová polievka s kokosovým mliekom, 100g Zemiakový prívarok, údené pliecko, chlieb (1,3,7)	0,33l Mrkvová polievka s kokosovým mliekom, 100g Zemiakový prívarok, údené pliecko, chlieb (1,3,7)
	Olovrant	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocný jogurt (7)	Ovocný jogurt (7)	Biely jogurt (7)
	Večera	250g Lievance s džemom (1,3,7)	250g Lievance s džemom (1,3,7)	250g Lievance s džemom (1,3,7)	250g Lievance s Dia džemom (1,3,7)
	II. večera				Chlieb s paštétou (1,3)
Utorok 27.5.2025	Raňajky	Bryndzová nátierka, jarná cibuľka, chlieb, čierny čaj (1,3,7)	Bryndzová nátierka, jarná cibuľka, chlieb, čierny čaj (1,3,7)	Bryndzová nátierka, jarná cibuľka, chlieb, čierny čaj (1,3,7)	Bryndzová nátierka, jarná cibuľka, chlieb, čierny čaj (1,3,7)
	Desiata	Kompót	Kompót	Kompót	Kompót
	Obed	0,33l Lusková polievka so zemiakmi (7,9), 100g Bryndzové halušky so slaninou, opečená cibuľka (1,3,7)	0,33l Lusková polievka so zemiakmi (7,9), 100g Bryndzové halušky so slaninou, opečená cibuľka (1,3,7)	0,33l Lusková polievka so zemiakmi (7,9), 100g Bryndzové halušky so slaninou, opečená cibuľka (1,3,7)	0,33l Lusková polievka so zemiakmi (7,9), 100g Bryndzové halušky so slaninou, opečená cibuľka (1,3,7)
	Olovrant	Slané/sladké pečivo (1)	Slané/sladké pečivo (1)	Slané/sladké pečivo (1)	Slané/sladké pečivo (1)
	Večera	250g Zapekaná brokolica so syrom (3,7,9)	250g Zapekaná brokolica so syrom (3,7,9)	250g Zapekaná brokolica so syrom (3,7,9)	250g Zapekaná brokolica so syrom (3,7,9)
	II. večera				Biely jogurt (7)
Streda 28.5.2025	Raňajky	Obložená žemľa s vajíčkom, zelenina, bylinkový čaj (1,3,7)	Obložená žemľa s vajíčkom, zelenina, bylinkový čaj (1,3,7)	Obložená žemľa s vajíčkom, zelenina, bylinkový čaj (1,3,7)	Obložená žemľa s vajíčkom, zelenina, bylinkový čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Vývar (1,3,9), 100g Moravský vrabec, dusená kapusta, knedľa / varené zemiaky (1,3,9)	0,33l Vývar (1,3,9), 100g Moravský vrabec, dusená kapusta, knedľa / varené zemiaky (1,3,9)	0,33l Vývar (1,3,9), 100g Moravský vrabec, dusená kapusta, knedľa / varené zemiaky (1,3,9)	0,33l Vývar (1,3,9), 100g Moravský vrabec, dusená kapusta, knedľa / varené zemiaky (1,3,9)
	Olovrant	Puding (7)	Puding (7)	Dia puding (7)	Dia puding (7)
	Večera	250g Zeleninové placky (1,3,7)	250g Zeleninové placky (1,3,7)	250g Zeleninové placky (1,3,7)	250g Zeleninové placky (1,3,7)
	II. večera				Sendvič so šunkou a maslom (1,3,7)
Štvrtok 29.5.2025	Raňajky	Tuniaková pena, chlieb, čierny čaj (1,3,4,7,8)	Tuniaková pena, chlieb, čierny čaj (1,3,4,7,8)	Tuniaková pena, chlieb, čierny čaj (1,3,4,7,8)	Tuniaková pena, chlieb, čierny čaj (1,3,4,7,8)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Fazuľová polievka so zeleninou a klobásou (9), 100g Čevapčiči, varené zemiaky, horčica, cibuľa (1,3,8,10)	0,33l Fazuľová polievka so zeleninou a klobásou (9), 100g Čevapčiči, varené zemiaky, horčica, cibuľa (1,3,8,10)	0,33l Fazuľová polievka so zeleninou a klobásou (9), 100g Čevapčiči, varené zemiaky, horčica, cibuľa (1,3,8,10)	0,33l Fazuľová polievka so zeleninou a klobásou (9), 100g Čevapčiči, varené zemiaky, horčica, cibuľa (1,3,8,10)
	Olovrant	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)	Biely jogurt (7)
	Večera	250g Zeleninové rizoto so syrom, mrkvový šalát (1,7,9)	250g Zeleninové rizoto so syrom, mrkvový šalát (1,7,9)	250g Zeleninové rizoto so syrom, mrkvový šalát (1,7,9)	250g Zeleninové rizoto so syrom, mrkvový šalát (1,7,9)
	II. večera				Chlieb so syrom a zeleninou (1,7)

Piatok 30.5.2025	Raňajky	Syrová nátierka, sendvič, ovocný čaj (1,3,7)	Syrová nátierka, sendvič, ovocný čaj (1,3,7)	Syrová nátierka, sendvič, ovocný čaj (1,3,7)	Syrová nátierka, sendvič, ovocný čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Hrášková polievka s mrkvou a mrveničkou (1,3,9), 100g Špenátové halušky, nivová omáčka (1,3,7)	0,33l Hrášková polievka s mrkvou a mrveničkou (1,3,9), 100g Špenátové halušky, nivová omáčka (1,3,7)	0,33l Hrášková polievka s mrkvou a mrveničkou (1,3,9), 100g Špenátové halušky, nivová omáčka (1,3,7)	0,33l Hrášková polievka s mrkvou a mrveničkou (1,3,9), 100g Špenátové halušky, nivová omáčka (1,3,7)
	Olovrant	Slané/sladké pečivo (1)	Slané/sladké pečivo (1)	Slané/sladké pečivo (1)	Slané/sladké pečivo (1)
	Večera	250g Zemiakovo-syrové kroket, bylinkový dresing (1,3,7,9)	250g Zemiakovo-syrové kroket, bylinkový dresing (1,3,7,9)	250g Zemiakovo-syrové kroket, bylinkový dresing (1,3,7,9)	250g Zemiakovo-syrové kroket, bylinkový dresing (1,3,7,9)
	II. večera				Sendvič so syrovou nátierkou (1,3,7)
Sobota 31.5.2025	Raňajky	Sendvič s maslom a salámou, čierny čaj (1,3,7)	Sendvič s maslom a salámou, čierny čaj (1,3,7)	Sendvič s maslom a salámou, čierny čaj (1,3,7)	Sendvič s maslom a salámou, čierny čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Karfiolová polievka na paprike (9), 100g Kuracie soté na thajský spôsob s kari a kokosovým mliekom, ryža	0,33l Karfiolová polievka na paprike (9), 100g Kuracie soté na thajský spôsob s kari a kokosovým mliekom, ryža	0,33l Karfiolová polievka na paprike (9), 100g Kuracie soté na thajský spôsob s kari a kokosovým mliekom, ryža	0,33l Karfiolová polievka na paprike (9), 100g Kuracie soté na thajský spôsob s kari a kokosovým mliekom, ryža
	Olovrant	Mliečny dezert (7)	Mliečny dezert (7)	Mliečny dezert (7)	Mliečny dezert (7)
	Večera	250g Jablkovo-tvarohová štrúdľa (1,3,7,12)	250g Jablkovo-tvarohová štrúdľa (1,3,7,12)	250g Jablkovo-tvarohová štrúdľa (1,3,7,12)	250g Dia jablkovo-tvarohová štrúdľa (1,3,7,12)
	II. večera				Biely jogurt (7)
Nedeľa 1.6.2025	Raňajky	Praženica s cibuľkou, rohlík, ovocný čaj (1,3,7)	Praženica s cibuľkou, rohlík, ovocný čaj (1,3,7)	Praženica s cibuľkou, rohlík, ovocný čaj (1,3,7)	Praženica s cibuľkou, rohlík, ovocný čaj (1,3,7)
	Desiata	Ovocie bez šupky a jadier	Ovocie	Ovocie	Ovocie
	Obed	0,33l Vývar s rezancami (1,3,9), 100g Pečená krkovička, zemiaková kaša, paradajkový šalát (7,9,12)	0,33l Vývar s rezancami (1,3,9), 100g Pečená krkovička, zemiaková kaša, paradajkový šalát (7,9,12)	0,33l Vývar s rezancami (1,3,9), 100g Pečená krkovička, zemiaková kaša, paradajkový šalát (7,9,12)	0,33l Vývar s rezancami (1,3,9), 100g Pečená krkovička, zemiaková kaša, paradajkový šalát (7,9,12)
	Olovrant	Keks (1,3,7)	Keks (1,3,7)	Keks (1,3,7)	Dia keks (1,3,7)
	Večera	250g Lečo s párkom, chlieb (1,3,9)	250g Lečo s párkom, chlieb (1,3,9)	250g Lečo s párkom, chlieb (1,3,9)	250g Lečo s párkom, chlieb (1,3,9)
	II.večera				Chlieb so šunkou a maslom (1,3,7)

Pozn.: zmena jedálneho lístka vyhradená. Pri hlavnom jedle je uvádzaná gramáž mäsa.

Vypracoval: Mária Bachová a Bc. Michaela Matiasová

Schválil: Ing. Mgr. Ľubica Kočanová

Dňa: 23.5.2025

Kočanová
HESTIA n.o. 2
Bošáňho 2
841 02 Bratislava
IČO: 36 077 313